

Pelatihan Pembuatan Egg Tofu dalam Inovasi Membuat Makanan Praktis di PKK Kelurahan Mangunsari Gunungpati Semarang

Erwin Nofiyanto, Sudjatinah, Sri Budi Wahjuningsih*

Fakultas Teknologi Pertanian, Program Studi Teknologi Hasil Pertanian, Universitas Semarang, Kota Semarang, Indonesia

Email: ¹erwin@usm.ac.id, ²m.sudjatinah@gmail.com ³*sribudiwahjuningsih@yahoo.com

Email Penulis Korespondensi: sribudiwahjuningsih@yahoo.com

Abstrak–Kelurahan Mangunsari merupakan sebuah Kelurahan yang berada di Kecamatan Gunungpati, Kota Semarang. Sebagian Ibu-ibu kelompok PKK Kelurahan Mangunsari Gunungpati Semarang kebanyakan pekerja sebagai petani dan buruh pabrik dalam sehariannya. Perlu adanya peningkatan keterampilan Ibu Kelompok PKK Kelurahan Mangunsari Gunungpati Semarang salah satunya adalah keterampilan membuat egg tofu. Egg Tofu merupakan salah satu produk olahan tahu yang dibuat dari sari kedelai dan telur ayam yang memiliki kandungan gizi yang tinggi. Pembuatan egg tofu selain menggunakan susu kedelai di campurkan dengan telur, Penggunaan persentase telur yang optimal diperlukan untuk menghasilkan produk egg tofu dengan kualitas yang baik. Penambahan persentase telur yang tinggi dapat meningkatkan nilai gizi pada egg tofu. Metode pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat meliputi 3 tahapan diantaranya, persiapan, pelaksanaan dan evaluasi kegiatan. Pelatihan Bekal ketrampilan pembuatan Egg Tofu dapat menambah pengetahuan analisis usaha baru yang dapat menambah pendapatan keluarga. Mitra sebelum pelaksanaan pengabdian menjawab 77,27 % belum mengetahui, memahami dan belum pernah membuat egg tofu, sebaliknya 27, 73 % yang menjawab pernah memakan egg tofu, sedangkan setelah pelaksanaan kegiatan ini ibu ibu kelompok PKK menjawab 100 % telah menyukai, memahami dan mengetahui cara pembuatan egg tofu. Pelatihan pembuatan egg tofu diharapkan dapat menginspirasi orang tua untuk berinovasi dalam membuat makanan praktis, mudah dibuat, menarik dan dapat sebagai peluang usaha yang mampu menambah penghasilan keluarga.

Kata Kunci: Egg Tofu; Susu Kedelai; Telur

Abstract–Mangunsari Village is a Village located in Gunungpati District, Semarang City. Most of the women from the PKK group in Mangunsari, Gunungpati, Semarang, mostly work as farmers and factory workers during the day. There needs to be an increase in the skills of the women of the PKK Group, Mangunsari Gunungpati Village, Semarang, one of which is the skill of making egg tofu. Egg Tofu is one of the processed tofu products made from soybean extract and chicken eggs which has a high nutritional content. Making egg tofu besides using soy milk is mixed with eggs, using an optimal percentage of eggs is needed to produce good quality egg tofu products. The addition of a high percentage of eggs can increase the nutritional value of egg tofu. Training Provision of skills in making Egg Tofu can increase knowledge of new business analysis which can increase family income. Partners before the implementation of the service answered 77.27% did not know, understand and had never made egg tofu, on the contrary 27.73% who answered had eaten egg tofu, whereas after carrying out this activity the PKK group mothers answered 100% had liked, understood and knew how to make egg tofu. The egg tofu making training is expected to inspire parents to innovate in making practical, easy to make, attractive food and can be a business opportunity that can increase family income.

Keywords: Egg Tofu; Soy Milk; Egg

1. PENDAHULUAN

Kelurahan Mangunsari merupakan sebuah Kelurahan yang berada di Kecamatan Gunungpati, Kota Semarang. Sebagian besar masyarakat Kelurahan Mangunsari, Kecamatan Gunungpati Semarang kebanyakan pekerja sebagai petani dan buruh pabrik dalam sehariannya. Berdasarkan survey dalam pemenuhan kebutuhan sehari-hari masih dalam taraf cukup, akan tetapi Ibu-Ibu PKK di Kelurahan Mangunsari, Gunungpati ber-inginan lebih produktif untuk membantu kebutuhan keluarga. Ibu PKK ingin mempunyai keterampilan yang mampu menambah penghasilan tambahan keluarga. Berdasarkan permintaan warga khususnya Ibu-ibu PKK Kelurahan Mangunsari, Kecamatan Gunungpati Kota Semarang sangat tertarik untuk di ajarkan dalam pembuatan Egg tofu.

Tofu atau di sebut juga tahu sutera karena teksturnya sangat halus (Cahyani et al.,2017). Di pasaran dijual dalam keadaan segar dan dikemas dengan plastik kedap udara, ada berbentuk silinder dan segi empat. Tofu ditambahkan dengan telur dikenal dengan nama egg tofu. Egg Tofu merupakan salah satu produk olahan tahu yang dibuat dari sari kedelai dan telur ayam yang memiliki kandungan gizi yang tinggi. Campuran diisi ke dalam tabung plastik dan dibiarkan mengental. Permukaannya tofu bebas kelembaban, mengandung sekitar 50% protein dan 27% minyak, dan sisanya adalah karbohidrat dan mineral (Novitasari & Thohari, 2021). Tahu telur memiliki warna emas pucat yang diperoleh dari bahan telur (Lim, 2012).

Tahu merupakan suatu produk yang terbuat dari hasil penggumpalan protein kacang-kacangan (Purwaningsih, 2007). Proses Pembuatan tahu terdiri dari dua langkah utama, yaitu: (1) pembuatan susu kedelai dan (2) koagulasi susu kedelai tersebut untuk membentuk endapan putih (cruds) yang kemudian di press untuk memperoleh tahu (Muchtadi, 2010). Koagulan yang umumnya digunakan pada pembuatan tahu adalah kalsium sulfat, koagulan ini memiliki kelarutan dalam air yang rendah, bereaksi per-lahan dengan susu kedelai yang akibatnya memungkinkan pembentukan curd dengan kapasitas pengikatan air yang tinggi sehingga menghasilkan

tahu yang lembut dan halus (Syah et al., (2015); Kao et al., (2003). Kedelai adalah sumber protein, di samping itu kedelai juga merupakan sumber lemak yang tinggi nilai ekonomisnya (Wardhana, 2016). Kadar lemak kedelai setiap 100 gram adalah 19,1gram, dan mengandung asam lemak tidak jenuh esensial, yaitu linoleat dan linolenat yang sangat dibutuhkan tubuh untuk hidup sehat (Astawan, 2004). Kacang kedelai mempunyai kelebihan yaitu mengandung asam amino esensial yang lengkap (Suprpti, 2005).

Tahu diperoleh dari susu kedelai yang dikoagulasi dengan berbagai jenis koagulan. Secara umum, ada tiga jenis koagulan yang dapat digunakan dalam koagulasi protein kedelai pada tahu yaitu: garam (CaCl₂, CaSO₄, MgCl₂), proteinase dan asam (Asam Asetat, Glukano δ-lactone), (Fasoyiro, 2014).

Pembuatan egg tofu selain menggunakan susu kedelai di campurkan dengan telur, Penggunaan persentase telur yang optimal diperlukan untuk menghasilkan produk egg tofu dengan kualitas yang baik (Nuzula et al., 2021). Penambahan persentase telur yang tinggi dapat meningkatkan nilai gizi pada egg tofu.

2. METODE PELAKSANAAN

2.1. Metode Pelaksanaan

Metode pelaksanaan yang digunakan dalam program PkM adalah Pelatihan dengan ceramah, diskusi dan tanya jawab, Metode Pelatihan dan Praktek secara langsung tentang pelatihan pembuatan egg tofu, dengan tujuan untuk menumbuhkan hardskill siswa, sehingga PkM dilakukan dengan tahapan sebagai berikut:

- a. Observasi awal untuk menjalin kerjasama dan menggali rumusan masalah di mitra
- b. Persiapan program meliputi penyusunan jadwal kegiatan yang disepakati bersama dan susunan acara pelatihan, dan menyiapkan perlengkapan penyelenggaraan pelatihan
- c. Rapat pemantapan materi dan pengecekan kebutuhan kegiatan bersama tim pengabdian
- d. Pemberian materi/ pelatihan pembuatan egg tofu
- e. Tahapan Evaluasi

2.2. Partisipasi Mitra

Partisipasi mitra dalam pelaksanaan PkM pelatihan pembuatan egg tofu di Ibu-ibu PKK Kelurahan Mangunsari, Kecamatan Gunungpati Kota Semarang adalah menyediakan waktu dan tempat pelaksanaan kegiatan. Setiap pelaksanaan tahapan pengabdian mitra berperan aktif sebagai peserta saat kegiatan Pelatihan, Praktek dan pendampingan pembuatan egg tofu. Peserta PkM akan diikuti oleh Ibu-ibu PKK Kelurahan Mangunsari, Gunungpati Kota Semarang

2.3. Evaluasi Kegiatan

Evaluasi kegiatan dilaksanakan agar sesuai dengan target yang ditetapkan. Evaluasi kegiatan meliputi evaluasi pra pelaksanaan PkM, saat pelaksanaan tahapan-tahapan kegiatan, keefetifitasan metode pelaksanaan kegiatan sampai dengan evaluasi kemajuan luaran yang akan dicapai. Dilakukan dengan cara wawancara langsung /berdiskusi langsung dan pengisian kuesioner sebelum dan setelah kegiatan pelatihan dan praktek. Metode pelaksanaan pengabdian dapat dilihat pada Gambar 1.



Gambar 1. Pelaksanaan Kegiatan Pengabdian Masyarakat Pelatihan Pembuatan Egg Tofu

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Program pengabdian kepada masyarakat dengan judul Pelatihan Pembuatan Egg Tofu di Kelompok PKK Kelurahan Mangunsari, Kecamatan Gunungpati, Kota Semarang yang dilaksanakan di laboratorium indrawi dinilai sudah berjalan dengan baik. Langkah pertama dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian ini adalah menjalin kerjasama dengan mitra. Mitra pengabdian yaitu Kelompok PKK Kelurahan Mangunsari, Kecamatan Gunungpati Kota Semarang.

Kegiatan selanjutnya adalah pembuatan sampel egg tofu, dimana sebelum melaksanakan kegiatan atau pendampingan tim membuat sampel terlebih dahulu. Pembuatan sampel dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui kekurangan-kekurangan maupun apa yang akan dibutuhkan waktu pelaksanaan pendampingan. Selanjutnya pembuatan panduan atau leaflet cara pembuatan egg tofu. Pendampingan dilaksanakan dengan ceramah dan diskusi, praktek pembuatan egg tofu, terakhir evaluasi pelaksanaan kegiatan. Pendampingan sebelum dimulai kami menyebarkan beberapa angket untuk mengetahui sejauh mana Ibu PKK mengetahui tentang pembuatan egg tofu.

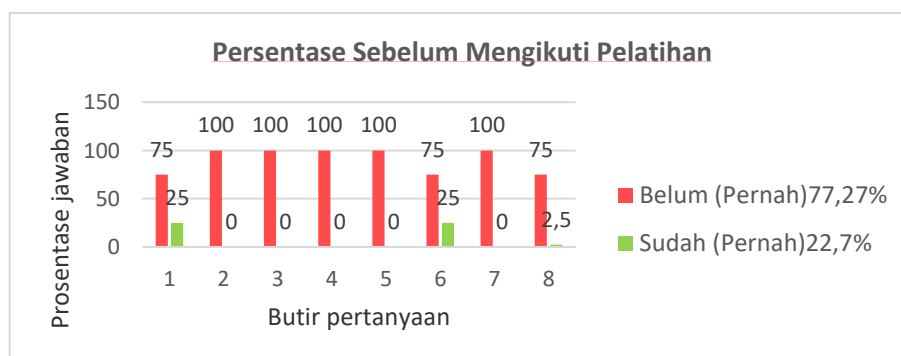
Egg Tofu merupakan salah satu produk olahan tahu yang dibuat dari sari kedelai dan telur ayam yang memiliki kandungan gizi yang tinggi. Tofu atau di sebut juga tahu sutera karena teksturnya sangat halus. Di pasaran dijual dalam keadaan segar dan dikemas dengan plastik kedap udara. Teksturnya lembut, namun sedikit kenyal, rasanya juga lebih gurih daripada tahu biasa. Pada saat pelatihan Ibu PKK cukup antusias dalam kegiatan pelatihan pembuatan egg tofu, dimana Ibu PKK belum pernah dan tidak tahu cara pembuatan egg tofu, setelah pelatihan Ibu PKK jadi tahu pembuatan egg tofu. Pelatihan Pembuatan Egg Tofu sebagai Ide Makanan Inovatif di Ibu PKK Kelurahan Mangunsari, Kecamatan Gunungpati Semarang dapat di lihat pada Gambar 2.



Gambar 2. Pelatihan Pembuatan Egg Tofu

Cara pembuatan egg tofu cukup mudah, campurkan telur ayam yang sudah dikocok, susu kedelai, dan garam aduk hingga rata, tambahkan larutan tepung maizena aduk kembali dan saring, siapkan plastik es, tuang susu kedelai dan ikat dengan karet, kukus selama 10-20 menit dengan api kecil dan dinginkan jika sudah matang, keluarkan egg tofu (tahu telur) dari plastiknya, potong-potong dan siap diolah.

Pelatihan Pembuatan Egg Tofu kepada Ibu PKK Kelurahan Mangunsari, Kecamatan Gunungpati Semarang tersebut diharapkan dapat menginspirasi orang tua untuk berinovasi dalam membuat makanan praktis, mudah dibuat, menarik dan dapat sebagai peluang usaha yang mampu menambah penghasilan keluarga. Seiring dengan berkembangnya jaman, generasi muda saat ini lebih memilih makanan cepat saji dibandingkan dengan jajanan tradisional (Arifin, 2017). Maka persentase sebelum mengikuti pelatihan pembuatan egg tofu dapat di lihat pada Gambar 3.



Gambar 3. Diagram Persentase Pemahaman Sebelum Mengikuti Pelatihan



Gambar 4. Diagram Persentase Pemahaman Sesudah Mengikuti Pelatihan

Berdasarkan Gambar 3 dan 4 hasil kuesioner pengabdian yang diberikan ke Ibu PKK setelah pelaksanaan pelatihan pembuatan egg tofu, Mitra sebelum pelaksanaan pengabdian menjawab 77,27 % belum mengetahui, memahami dan belum pernah membuat egg tofu, sebaliknya 27,73 % yang menjawab pernah memakan egg tofu, sedangkan setelah pelaksanaan kegiatan ini ibu-ibu kelompok PKK menjawab 100 % telah menyukai, memahami dan mengetahui cara pembuatan egg tofu. diharapkan dapat menginspirasi orang tua untuk berinovasi dalam membuat makanan praktis, mudah dibuat, menarik dan dapat sebagai peluang usaha yang mampu menambah penghasilan keluarga. Ibu PKK merasa kegiatan pelatihan sangat bermanfaat untuk membuat para orang tua harus kreatif dalam membuat aneka makanan ditambah dapat sebagai peluang usaha yang mampu menambah penghasilan keluarga. Foto tim pengabdian bersama mitra dapat dilihat pada Gambar 5.



Gambar 5. Foto Tim Pengabdian Bersaa Mitra Pengabdian

4. KESIMPULAN

Dari hasil kegiatan pengabdian dapat di simpulkan bahwa Ibu PKK cukup antusias dalam kegiatan pelatihan pembuatan egg tofu, Ibu PKK sebelum pelatihan tidak mengetahui cara pembuatan egg tofu, setelah pelatihan Ibu PKK mengetahui proses pembuatan egg tofu dimana lebih mudah dan sangat bermanfaat untuk di praktekkan di rumah, lebih simpel dan mudah dipahami. Ibu PKK merasa kegiatan pelatihan sangat bermanfaat untuk membuat para orang tua harus kreatif dalam membuat aneka makanan, ditambah dapat sebagai peluang usaha yang mampu menambah penghasilan keluarga.

REFERENCES

Arifin, F. (2017). Pergulatan Identitas Kultural antara Fastfood dan Kudapan. *Jurnal Penelitian Humaniora*, 18(1), 47-53.

- Astawan, Made. (2004). Tetap Sehat dengan Produk Makanan Olahan. Tiga Serangkai. Solo
- Cahyani, M. D., Hasanah, U., & Supriadianto, S. (2017) Keunggulan Wisata Kuliner Tahu di Korea. *Jurnal Pariwisata Terapan*, 1(1), 63-76.
- Fasoyiro, S.B. (2014). Physical, Chemical and Sensory Qualities of Roselle Water Extract coagulated Tofu Compared with Tofu from Two Natural Coagulants. *Nigerian Food Journal*, 32(1), 97–102.
- Kao FJ, Su NW, Lee MH. (2003). Effect of calcium sulfate concentration in soymilk on the microstructure of firm tofu and teh protein constitutions in tofu whey. *J Agric Food Chem*, 51(21), 6211-6216
- Lim, T. K., & Lim, T. K. (2012). Glycine max. Edible Medicinal And Non-Medicinal Plants, *Frui*, 2, 634-714.
- Muchtadi D. (2010). Kedelai Komponen untuk Kesehatan. Alfabeta, Bandung.
- Novitasari, A., & Thohari, I. I. (2021). Pengaruh Persentase Telur Pada Pembuatan Egg Tofu Ditinjau Dari Kadar Protein, Kadar Air, Kadar Abu Dan Tekstur (Doctoral dissertation, Universitas Brawijaya)
- Nuzula, N. F., & Thohari, I. I. (2021). Pengaruh Persentase Telur Pada Pembuatan Egg Tofu Ditinjau Dari Kadar Kalsium, Rendemen, Water Holding Capacity (Whc) Dan Cooking Loss (Doctoral dissertation, Universitas Brawijaya).
- Purwaningsih, Eko. (2007). Cara Pembuatan Tahu dan Manfaat Kedelai. Jakarta : Ganeca Exact
- Suprpti, L. (2005). Pembuatan Tahu. Kanisius. Yogyakarta
- Syah D, Sitanggang AB, Faradilla RHF, Trisna V, Karsono Y, Septianita DA. (2015). The influence of coagulation conditions and storage proteins on the textural properties of soy curd. *CyTA-J Food* 13(2), 259-263.
- Wardhana, A. H. (2016). Black soldier fly (*Hermetia illucens*) sebagai sumber protein alternatif untuk pakan ternak. *Wartazoa*, 26(2), 69-78